

Jadłospis - Szkoła Podstawowa nr 21 w Płocku	
Okres	06.10.2025 - 10.10.2025
Dieta	Podstawowa

Data	Obiad
06.10.2025 Poniedziałek	Zupa grochowa na wędzonce, pieczywo (groch łuskany, boczek wędzony, skrzydła z indyka, ziemniaki, włoszczyzna, przyprawy). II Danie : wątróbka drobiowa smażona z jabłkiem i cebulką, ziemniaki, ogórek kiszony. Kompot truskawkowy, banan, mus owocowo - warzywny. Alergeny :gluten, seler
07.10.2025 Wtorek	Zupa krupnik z ziemniakami i natka pietruszki, pieczywo (kasza jęczmienna, skrzydła z indyka, włoszczyzna, ziemniaki, przyprawy). II Danie : makaron z twarogiem i skwarkami (makaron świderki , twaróg półtłusty,boczek wędzony, kielbasa podwawelska). Sok jabłkowy, śliwka,jogurt pitny.marchewka do chrupania. Alergeny :białka mleka, gluten, seler
08.10.2025 Środa	Zupa kalafiorowa , pieczywo (kalafior, skrzydła z indyka, włoszczyzna, ziemniaki, śmietana 18 %,przyprawy). II Danie : schab w sosie musztardowym (schab, musztarda francuska, mąka pszenna, olej , śmietana 18 % , przyprawy)kasza gryczana,surówka z buraczków (buraczki, jabłko, cebula, przyprawy). Woda z cytryną i goździkami słodzona miodem,gruszka. Alergeny : białka mleka, gluten, seler
09.10.2025 Czwartek	Zupa zacierkowa (zacierka babuni, skrzydła z indyka, ziemniaki, włoszczyzna, przyprawy). II Danie : porcja ryby smażonej (filet z miruny, jaja, bułka tarta, olej ,przyprawy),ziemniaki, surówka z kiszonej kapusty (kapusta kiszona, marchew, jabłko, oliwa, miód, przyprawy). Herbata malinowa, nektarynka. Alergeny : ryba, jaja, gluten, seler.
10.10.2025 Piątek	Zupa szczawiowa z jajkiem (szczaw konserwowy, skrzydła z indyka, jaja, ziemniaki, włoszczyzna,śmietana 18 %, przyprawy). II Danie :pierogi z mięsem (mięso indycze, cebula, mąka,woda, olej ,przyprawy), okraszone cebulką,ogórek świeży z koperkiem. Kompot z rabarbaru, jabłko. Alergeny : jaja. białka mleka, gluten, seler

Do przygotowania posiłków używane są przyprawy: pieprz naturalny, ziele angielskie, oregano, bazylia, liść laurowy, majeranek, zioła prowansalskie, papryka słodka, kwasek cytrynowy.
Zgodnie z informacją producenta mogą one zawierać: gluten, mleko, jaja, soję, seler, gorczycę. Szczegółowy jadłospis z uwzględnieniem składników do wglądu u intendenta.
Na stołówce cały czas jest dostępna woda dla uczniów.

ZASTRZEGA SIĘ ZMIANY W JADŁOSPISIE

Sporządził

Szef kuchni

Dyrektor